

べるるだより

令和 6 年 (2024 年)

9 月 10 日発行

第 61 号

社会福祉法人森の宮福祉会 ハミングベル中道 ・ ハミングベル緑橋
大阪市東成区中道2丁目7番1号 TEL06-6971-9788 FAX06-6971-9789

発行責任者 石塚克哉

<https://humming-bell.or.jp>



5年ぶりににぎわい 納涼祭

令和元年以降は、利用者の方々のみ、お祭り気分を味わっていただきましたが、今年度は以前のような形で企画し、ご家族、地域の方々がたくさん参加され、大変にぎやかな開催になりました。

良いのを引き当てたのか、笑みがこぼれています。



縁日定番の千本引き。皆様、わくわくした様子でヒモをひいていました。



最初は利用者様にゲームを楽しんでいただきました。メインはこの日の為に工夫して制作した 千本引きです



ひげのようなふんわりした綿菓子ができました。



大当たりを目がけて一投集中



大学生を含む 20 名にも及ぶ子どもメンバーによる息の合った演奏でした。



夕刻からは、食べ物屋台が開放となり、地域の和太鼓クラブ「飛童」の皆さんによる迫力満点の演奏を皮切りに、開会が宣言されました。



「中本民踊教室」の盆踊りとともに利用者様も輪に加わっていました

納涼祭では定番となったお好み焼「ゆかり」様の屋台です。お好み焼&焼きそばセツトを賞味しました。



利用者様も手に手に鳴子を持ち「よさこいチーム和(なごみ)」の皆様による踊りを楽しんでおられました。



音のデザイン サイン音

電子レンジなど電化製品の稼働終了時にメロディーや音が鳴りますが、このようにメッセージを伝える音を「サイン音」といいます。列車の発着



を知らせる音などもその一つです。

その中で大阪メトロの長堀鶴見緑地線では、列車接近の際にホームに独特のメロディーが流れます。この路線は一九九〇年の「国際花と緑の博覧会」開催に合わせ、京橋〜鶴見緑地間で開業しました。その際に、京橋行き(上り)の列車接近音は「♪きょうばし」、鶴見

緑地行き(下り)は「♪つるみりょくち」という大阪弁のイントネーションを模したメロディーで作られたのです。

現在は大正〜門真南に延伸していますが、偶然にも「京橋」と「大正」、「鶴見緑地」と「門真南」の文字拍数がほぼ同じなので、同じメロディーが使われているそうです。乗客の方にも違和感なく聴かれているのではないのでしょうか。



また、物事を知らせる手段として音楽を使う「サイン音楽」もあります。例えば、百貨店など

で雨が降ると、『雨にぬれても』など特定の音楽が流れます。これにより、窓のない売り場にも雨が降り出した事が伝わり、店員が買い上げ商品の入った紙袋にビニールカバーをかけるなどお客様に配慮ができるのです。言葉を使わずにスマートに伝える事が出来るのは、音楽ならではかもしれませんね。これらはほんの一例ですが、このように音や音楽を効果的に使用した「サイン音」や「サイン音楽」は身近にたくさんあります。皆さんも耳を傾けて探してみませんか？

ハミングベル中道

音楽療法士 野田尚史



ハミングバル中道 デイサービス

手作りうちわで夏を
乗り切って

本格的な夏を前に、うちわ
を手作りしてもらいました。

朝顔や花火、金魚などな
ど：涼しげな絵柄を好き
なようにレイアウトして
自分だけのうちわが出来
上がりました!!
絵を沢山貼ったり、色鉛
筆で模様を足したり、個性
豊かな物に仕上がりました。

となりの方と見比べながら
どうしようかな？



配置がむずかしいね



絵柄が多くて
悩むねえ



色鉛筆で
絵に縁取りを



願いは

健康一番・七夕飾り

毎年恒例の七夕飾り、今年も願い事を書き、こよりで笹に結びました。

皆さんやはり、「健康でありますように」が一番人気でしたが、「世界平和」を願う壮大な物もありました。



ハミングバル中道 デイサービス

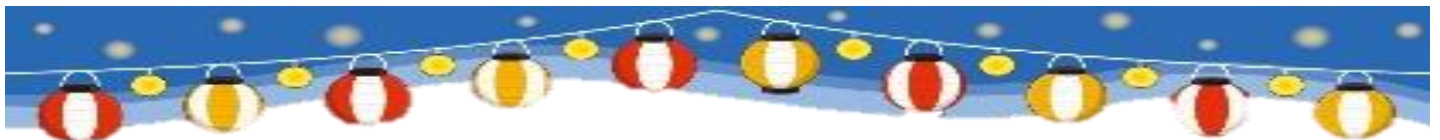
ゆったりとチエアヨガを体験



椅子に座ったままの姿勢で呼吸をゆっくり整え、身体を伸ばしていきます。



ヨガをするのが初めての方も多かったのですが、先生の言う通りにスーッと息を吐きながら、腕を曲げたり、伸ばしたり…身体をねじったりと皆さん初心者とは思えないくらい様になっていました。



夏祭り

2日間夏祭りをを行い、1日目はシロップをご自身で選んでもらい利用者様は久しぶりにかき氷を食べれて嬉しかったとおっしゃっていました。

2日目は練乳とあんこのトッピングを付けて2日連続参加できた利用者様からも味が変わったって良かったと好評でした。



大当たり～!



スマートボールほどの利用者も参加でき大当たりを目指して盛り上がっていました。テレビに盆踊りの映像を流しており、椅子に座って盆踊りを踊ったり、歌ったりと皆様懐かしい気持ちになれたと喜ばれていました。特にドンパン節が人気でした。



ハミングベル中道特養



ご家族とともに楽しめました



普段とは違う会話と笑顔が弾み、楽しいひと時でした。

おやつバイキング



父の日・母の日 感謝の日



1本ずつ手渡されたピンクのカーネーションを集めて生けると華やかな雰囲気になりました。



皆様甘いものに夢中になり、ケーキやお菓子を美味しいと何度もお代わりをされています。



七夕の日の運動会



パン食い競争 皆様夢中になって捕まえていました。



今回はフロアごとではなく、合同でのチーム分けで一部と二部に分かれて行いました。ご家族も積極的に参加され、一緒になって楽しまれていました。皆様声を出して応援され、笑顔があふれ、一体感のある運動会になりました。



大きな声で宣誓

ほのぼの 季節を楽しむ絵手紙



入所者ご家族様よりこの春から毎月、絵手紙をいただき、玄関に貼り出しています。

鈴送り競技 ご家族とともに



ハミングベル緑橋

母の日

感謝を込めて
心ばかりのお祝いを...

昼食は「ちらし寿司」などの
「お祝い膳」です。
皆様「美味しいわ」と仰りいつ
もより沢山召し上がっておら
れました。

女性の皆様には「カード」や「カ
ーネーション」をお渡しし「いつ
もありがとうございます」と
感謝の言葉を

お伝えすると
素敵な笑顔で
応えて下さい
ました。



お母さん
いつも
ありがとう



七夕「星に願いを」

認知症対応型デイサービスセンター にここにこ

毎年恒例の七夕飾り。今年

は、笹の横に利用者様と職員で
約1か月かけて少しずつ作成
した壁画を飾りました。織姫と
彦星は包装紙とお花紙を細か
くちぎって貼り付け、天の川は
水色すずらんテープを貼り付
けました。

短冊には利用者様一人一人
に願い事を書いて頂きました。

「家内安全。」「健康で過ごせ
ますように」などの願いが多か
ったです。その中で「平和」と
だけ大きく書かれた

方がおられとても印象に残り
ました。
〜皆様の願いが叶いますよ
うに〜



ハミングベル緑橋

小規模多機能ホーム 「楽々」らら

楽々夏祭り



今年の楽々の夏祭りは「よさこい踊り」で幕を開けました。高知出身の方もおられ手拍子を交えた楽しいオープニングで翫的では狙った的に銃を構えて「パン!!」見事命中し拍手喝采です。

輪投げでは数字の的に投げ入れて景品をプレゼント。

手にされた品に大変喜ばれていました。

中道お手製の巨大スマートボールではゴルフボールを転がします。ゴルフのマスにはお菓子や品物と書かれており
思わず万歳される方もおられました。

スマートボール

射的



輪投げ



音々夏祭り

今年も音々夏祭りの時期がやって来ました。当日の朝から夏祭り仕様のフロアの飾りつけを行い盛り上げます。

午後から皆様に法被に着替えてもらい職員手作りの玉転がしゲームなどに参加されます。「ここがええかな」と玉を転がし高得点を狙います。ゲーム後は皆様に景品をプレゼント。渡されて景品を笑顔で受け取られていました。

グループホーム 「音々」ねね



一通りゲームを堪能した後は、メインイベントのスイカ割です。入居者様にはスイカの上に風船を置き、風船を割って頂きました。棒を受け取り思い切り振りかぶり「えい!!」と振り下ろし風船が割れると、歓声が上がります。最後は職員が木刀でスイカを割るところを見て頂くと、一番の歓声上がり「綺麗に割れてるわ」と楽しんでおられました。



新職員紹介

はじめまして。7 月から入職しました管理栄養士の美崎 愛咲(みさき まなえ)と申します。



好きな食べ物は基本的に何でも食べますが、苦手な食べ物はピーマンとレーズンです。

趣味は夏には音楽の野外フェスに行ったり、秋から冬はバレーボール観戦や旅行に行ったりしています。今までで一番良かった旅行先はイタリアです。イタリアは街並みも素敵で食べ物も美味しかったです。



今回私の出身地が奈良県なので旬の大和野菜をひとつ紹介したいと思います。

花ミョウガ



旬が夏から秋でふっくらと大ぶりで表面がほんのりピンク色で鮮やかな光沢があるのが特徴です。抗酸化作用をもつポリフェノールが豊富で、免疫力向上にもつながり、消化を助ける働きがあるので夏バテ防止にもなります。さっぱりとした香りと味わいなのでサラダや酢の物にオススメです。

まだまだ経験が浅く、ご迷惑をおかけすると思いますが食事を通して皆様の健康を支えられるよう頑張りますのでよろしくお願い致します。

ハミングベル中道

管理栄養士 美崎 愛咲

人間の体のツボって何？

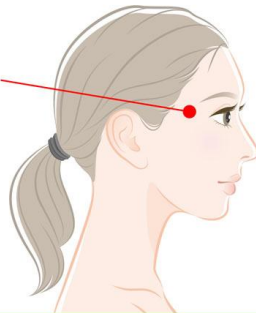
今回は目の疲れに効くツボの紹介です。

太陽(たいよう)はこめかみのくぼみにあります。眉毛と目じりの真ん中から少し後ろに位置しています。

眼精疲労で頭痛がする人に

「太陽」

眉尻と目尻を結んだ線の真ん中から少し外側の、こめかみのやや下の窪みにある



このツボを使えば眼科がいらなくなるほど、目の不調やその予防に効果的だと言われている場所です。目の不調だけではなく片頭痛や歯の痛み、顔面神経麻痺などにも効果的です。

機能訓練指導員
ハミングベル中道

清水 淳志

はみんぐ べるちゃん♪ (第45話)



BY T & t

FINISH あとがき兼さかな歳時記

まだまだ暑い9月ですが、サンマ(秋刀魚)の食べ頃は脂の乗り切らない初秋だといわれています。サンマのうろこは小さくてはがれやすく、漁船から水揚げされる際にはほとんどはがれ落ちてしまいます。また、エサを食べてから30分ほどで排出するので、塩焼きにしたときに内臓も独特な味わいがあり、えぐみも少なく好んで食べる人もいます。鮮度の見分けは、体が真っ直ぐで、口先が黄色っぽく目に濁りがないものです。近年不漁続きですが、ようやく今年は豊漁とか

資料 中道サービス 森 仁樹リーダー